Einblicke in das Vereinsgeschehen 2019

Beiträge:

Vorwort des Vorstandes
Grußwort Prof. Dr. Alfred Längler
Musiktherapie
Tiergestützte Förderung
Das Bauernhofprojekt 2019
Sommerprojekt im Garten Avalon
2. Segeltörn auf der „Fortuna“
Ambulante Stillberatung
4. Spendenlauf
Geschenkaktion

Vorwort

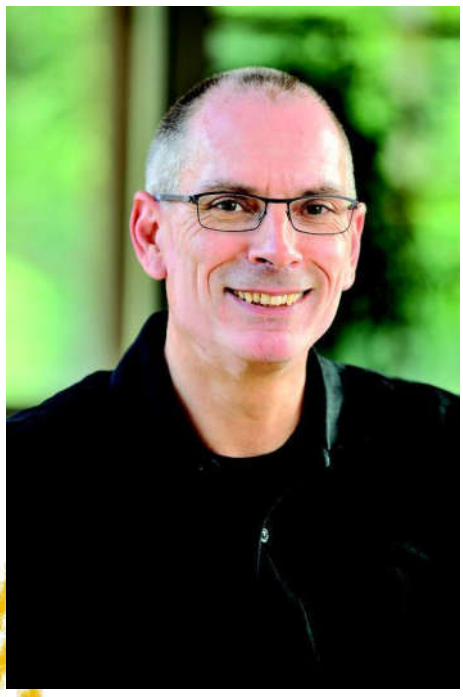
Das Jahr 2019 mit einem reichhaltigen Förderangebot geht zu Ende. Wir können nicht genug Wertschätzung aufbringen, um denen Danke zu sagen, die mit ihren Spenden und aktiver Unterstützung zur Verbesserung der Situation kranker Kinder und deren Familien beigetragen haben. Im kommenden Jahr besteht unser Verein 30 Jahre, in denen sich im Gesundheitswesen ein tiefgreifender Wandel vollzogen hat, dem wir mit unseren Projekten, in enger Kooperation mit den Mitarbeitern der Kinderklinik und in Anlehnung an die Bedürfnisse der jungen Patienten, versucht haben, entgegen zu wirken. Viele mit Elan angegangene Projekte haben sich bis zum heutigen Tag bewährt, andere mussten aufgegeben werden. So auch die Förderung der Behandlung an Diabetes erkrankter Kinder. In den vergangenen Jahren haben wir neben vielen anderen Bereichen schwerpunktmäßig auch die Arbeit des Diabetes-Team der Kinderklinik mit durchaus größeren Summen finanziell unterstützt. Leider musste das Gemeinschaftskrankenhaus in diesem Sommer die Kinderdiabetologie aus finanziellen Gründen (fehlende Vergütung der Diabetes-Ambulanz durch die Kostenträger) schließen. Dies war ein zwar schmerzlicher, aber notwendiger Schritt.

Ein Schritt in die richtige Richtung war die Eröffnung der Stillambulanz im März 2018. Inzwischen haben über 250 Beratungen stattgefunden und die Rückmeldungen sind durchweg positiv. Als sehr positiv beschrieb die Mutter eines schwer kranken Mädchens auch die tiergestützte Förderung, die der Sterntaler e.V. ihrer kleinen Tochter ermöglicht. Beides sind zwei unserer „jüngeren“ Projekte. Wir möchten Sie einladen, die nachfolgenden Berichte über Neues und Altbewährtes in unseren „Einblicken“ zu lesen und hoffen, mit Ihnen an unserer Seite auch im „30. Sterntaler-Jahr“ unsere Hilfsangebote aufrecht erhalten zu können.

Gudrun Dannemann

- Vorstand Sterntaler e.V.

Bericht aus der Kinderklinik
- Grußwort



Prof. Dr. med. Alfred Längler
Ltd. Kinder- und Jugendarzt/Kinderonkologie

Vor kurzem wurden die Geburtshilfe und die Neonatologie des Gemeinschafts-krankenhauses Herdecke als erstes deutsches Perinatalzentrum als „babyfreundliches Perinatalzentrum“ erfolgreich zertifiziert. Neben einer Vielzahl von Maßnahmen, Schulungen und für den Alltag hilfreichen Verabredungen spielt dabei auch die vom Sterntaler e.V. finanzierte ambulante Stillberatung eine große Rolle.

Dies ermöglicht uns, durch die Arbeit unserer engagierten Mitarbeiterinnen (siehe Bericht in diesen Einblicken), eines unserer wichtigsten Grundanliegen: die Stärkung der Bindung zwischen Müttern und ihren Kindern, vor allem in der sensiblen Gruppe der kranken Früh- und Neugeborenen auch nach der Entlassung aus der stationären Behandlung zu fördern. Dieses aus Spendenmitteln finanzierte Angebot ist in der Region einmalig und erfreut sich eines großen Zuspruchs.

Wir hoffen sehr, dass sich auch in der Zukunft genügend Spender finden, um diese wichtige (von den Krankenkassen nicht finanzierte) Arbeit erfolgreich fortzusetzen und ggf. auch auszubauen.
Auch die durch den Sterntaler e.V. mitfinanzierte Musiktherapie als ein wesentlicher Teil der künstlerischen Therapien findet auch bei den Früh- und Neugeborenen (und deren Eltern) statt. Es ist immer wieder wie ein kleines Wunder, wenn ein noch krankes Frühgeborenes geborgen im Haut-zu-Haut-Kontakt auf dem Bauch der Mutter liegt und beim Klang der Musik, was u.a. auch an den am Monitor zu beobachteten Vitalwerten wie z.B. Atmung und Herzschlag zu sehen ist, zur Ruhe kommt und sich entspannt.

Aber auch bei den von uns betreuten krebskranken Kindern und Jugendlichen ist die Musiktherapie ein wichtiges therapeutisches Element, das den kleinen Patienten Hilfestellung gibt, sich selbst als wirksam zu erleben, wahrzunehmen, dass sie nicht nur krank sind, sondern auch Fähigkeiten in sich haben, etwas sinnstiftend Neues zu erschaffen. Die Zahl der von uns betreuten krebskranken Kinder hat in diesem Jahr spürbar zugenommen. Darunter waren auch einige ausländische PatientInnen, bei denen der Sterntaler e.V. finanziell auch im Einzelfall für die Familien Hilfestellung geben konnte. Dies wiederum schafft den Eltern den emotionalen Freiraum, sich mehr und uneingeschränkter um ihre kranken Kinder zu kümmern.

Neben der Musiktherapie und anderen anthroposophischen Therapien ist die Arbeit unserer Erzieherin mit den Kindern für diese oft eins der Highlights des Tages. Oft sind die Kinder durch die Krebserkrankung oder aber auch durch die notwendige Chemotherapie so geschwächt, dass sie nicht an Gruppenangeboten teilnehmen können. Umso mehr freuen sie sich, wenn sie dann ganz für sich alleine mit unserer Erzieherin auf ihrem Zimmer kleine Dinge basteln und gestalten können. Die vom Sterntaler e.V. finanzierte Elternküche auf der Station ermöglicht es den Eltern, den Kindern auch mal eine Lieblingsspeise zuzubereiten.

So wehen an manchem Abend verführerische (teilweise auch fremd anmutende) Gerüche über den Stationsflur und lassen einem das Wasser im Mund zusammenlaufen.
Auch in diesem Jahr war der Garten Avalon für eine Vielzahl von (therapeutischen) Aktivitäten Dreh- und Angelpunkt, vor allem für die jugendlichen PatientInnen unserer psychosomatischen Station. In den Herbstferien wurde von den PatientInnen ein „Haus“ für die dann hoffentlich im Frühjahr einziehenden Hühner als Teil eines Konzeptes für tiergestützte Therapie gebaut. Beim traditionellen Sterntaler-Lauf bot der Garten wieder einen im wahrsten Wortsinn schönen Rahmen für die Läuferinnen und Läufer, sich nach dem Lauf zu stärken, ins Gespräch zu kommen und auch etwas über die Arbeit des Sterntaler e.V. zu erfahren. Das Gemeinschaftskrankenhaus freut sich, dass uns (im Rahmen des Parkplatz-Erweiterungs-Baues) endlich möglich war, den Garten Avalon nun auch an das Stromnetz anzuschließen. Dies eröffnet sicher auch die eine oder andere neue Möglichkeit der Pflege und Nutzung des Garten Avalon.
Ein besonderer Höhepunkt in jedem Jahr ist die schon sehr traditionsreiche therapeutische Segelfreizeit auf der Fortuna. Auch wenn diese therapeutische Fahrt dank der Finanzierung durch den Sterntaler e.V. ein fester Bestandteil des therapeutischen Konzeptes geworden ist, ist sie in jedem Jahr für die Betroffenen (Patienten und Mitarbeiter) ein neues und einmaliges Erlebnis. Vor allem die Patienten und Patientinnen unserer psychosomatischen Station machen in diesen 14 Tagen für sie oft ganz neue Erfahrungen: im digitalen Zeitalter, in dem unser Leben im wesentlichen von teils sehr abstrakten und oft nicht in ihrem Zusammenhang nachvollziehbaren Vorgängen scheinbar angenehm geprägt ist, ist es ein ganz besonderes Erlebnis, auf einem Segelschiff mit (bis auf die Notfallnavigation) ausschließlich analogen und in der Regel vorwiegend mechanisch (z.B. die Pumpe für die Klospülung oder das Bedienen von Leinen zur Steuerung des Schiffes) oder mathematischen (Navigation) Vorgängen ein gemeinsames Erlebnis zu gestalten: die Reise auf einem Schiff von A nach B mit einem konkreten Ziel unter Beachtung von Wind, Wellengang, Strömung und manch anderem Naturereignis. Auch das Füreinander-Sorgen mit gemeinsamem Kochen, gemeinsamen Mahlzeiten, den Ankerwachen, der Gestaltung eines abendlichen Lagerfeuer u.v.m sind meist nicht mehr Teil des Alltags junger Menschen.
Im vergangenen Jahr konnten wir noch von der erfolgreichen Fortführung und Weiterentwicklung der ebenfalls vom Sterntaler e.V. unterstützen Arbeit unseres Diabetes-Teams berichten. Leider mussten wir diese über viele Jahre sehr erfolgreiche Arbeit in diesem Sommer beenden. Grund dafür war die endgültige Ablehnung der Kostenträger, eine entsprechende Vergütung für diese Arbeit zu bezahlen. Diesen leider notwendigen Schritt bedauern wir sehr, aber ausschließlich aus Spendenmitteln lässt sich eine solche Arbeit nicht finanzieren.
Im Namen aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Kinderklinik möchte ich an dieser Stelle den ehrenamtlich tätigen Menschen im Umfeld des Sterntaler e.V. sehr herzlich für ihr so wichtiges Engagement danken, ebenso den vielen Spendern, die die Arbeit des Sterntaler auch im Jahr 2019 möglich gemacht haben.
Freuen wir uns auf die vor uns liegenden Aufgaben und lassen sie uns diese gemeinsam und engagiert angehen, immer wieder auch das zu versuchen, was scheinbar nicht möglich ist.

- Prof. Dr. Alfred Längler

Musiktherapie
-„Eier und Schmalz, Zucker und Salz“

Musiktherapie auf der Kinderonkologie – kostbare Momente bei schwerer Erkrankung und belastenden Therapien

Als ich an diesem Spätsommertag auf die Kinderstation im Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke komme, scheint alles wie immer: Trappeln von Kinderfüßen, Rollen der Infusionsständer, Tränen, Lachen, Wutanfall. Alltag. Doch der Schein trügt, denn ich weiß, dass eine meiner kleinen Patientinnen im Sterben liegt.

Ich bespreche ich mich kurz mit der Bezugsschwester, dann betreten wir leise den letzten Raum des langen Ganges. Das Zimmer strahlt eine fast heilig wirkende Ruhe aus, dank Sondergenehmigung brennt eine Kerze, griechische Ikonographien reihen sich um das Kopfende eines Kinderbettes. Ich nicke zwei Großelternpaaren zu, blicke in die rotgeränderten Augen des Vaters. Die mir so vertraute, abgekämpft wirkende Mutter macht mir Platz am Kopfende des Bettes. Ich berühre sanft den Arm des kleinen Mädchens und begrüße es leise, konzentriere mich ganz auf den Rhythmus des gleichmäßigen, schweren Atems und schlage erste Klänge auf meiner Kinderharfe an. Spätestens als ich meine Stimme einsetze, höre ich im Hintergrund ein erschüttertes Schluchzen. Ich bin während des Spielens ganz auf das Kind konzentriert, die improvisierten Melodien werden intuitiv von jeder wahrnehmbaren Regung der kleinen Patientin geleitet. Mit meinen Vokalisen versuche ich aber auch, die Stimmung des Raumes aufzufangen, etwas hörbar zu machen, wofür mir die Worte fehlen.

Ich besuche die kleine Patientin am selben Tag noch einmal. Diesmal bemerke ich während meines Spielens das Zucken der Lider, sie öffnen sich langsam, der Blick des Mädchens wandert erst zu meinem Instrument, dann schaut sie mir für einen kurzen Moment direkt in die Augen. Es ist herzergreifend, traurig und friedlich zugleich. Nachdem die Musik verklungen ist, verabschiede ich mich, halte noch kurz die kleine Hand, streiche über Wange und Kopf. Als ich den Raum verlasse, wirft mir die Mutter weinend und lächelnd zugleich eine Kusshand zu.

Wenige Stunden später wird das Kind von Beatmung und Monitoren genommen und stirbt im Arm seiner Mutter. Elena ist vier Jahre alt geworden.

Es ist gerade einmal acht Monate her, dass ich das zarte griechische Mädchen mit den großen braunen Augen kennenlernte. Elena kam mit einem Nephroblastom auf die Kinderonkologie. Sie sprach und verstand kaum Deutsch, aber wir fanden schnell in der Musik zu einer gemeinsamen Sprache. Sie liebte es, in die Klangwelt des dicken, abgegriffenen Liederbuchs einzutauchen, brachte mit Klangstäben die Glocken des „Bruder Jakob“ zum Läuten, ließ die Pferde auf Trommeln und Klanghölzern trappeln und rasselte die Affenbande im Urwald zusammen. Bei den Quatschliedern leuchtete der Schalk in ihren Augen auf. Es gab aber

auch ruhige Momente. Manchmal zupfte sie die Gitarre, während ich die Akkorde dazu griff oder entspannte sich zu gesummten Wiegenliedern.
Auch wenn es Elena nicht gut ging, wartete sie immer auf die Musiktherapie. Hier ging es nicht ums Aushalten Müssen und Tapfer Sein, sondern um die Möglichkeit, das Erlebte in all seinen Facetten ausdrücken und mitgestalten zu können.
Bei dem großen Programm an Lieblingsliedern durfte vor allem „Backe, backe Kuchen“ nie fehlen. Oft wiederholten wir es mehrfach, und es war ein besonderer Moment, als ich Elena erst zaghaft, dann immer deutlicher die ersten Worte singen hörte: Eier und ... „Schmalz!“, Zucker und ... „Salz!“, Milch und ... „Mehl!“. Dabei strahlte sie über das ganze Gesicht.

Es gibt inzwischen ein ganzes Repertoire an Liedern, die mit verstorbenen Kindern verknüpft sind. Zu „Häschen in der Grube“ radelt Jakob auf seinem Dreirad an mir vorbei; die „Tante aus Marokko“ erinnert mich an Hannahs Lachen, wenn ich mal wieder den Ablauf der Aktionen durcheinander gebracht habe; „Gloria, Victoria, widewidewitt juchheirassa“ höre ich Magda aus vollster Seele schmettern; und „Meine Oma hat ne Brille mit Gardine“ lässt die Bettdecke vor Kichern beben, unter die sich Elian aus Trotz verkrochen hatte.

Wenn ich heute die Lieder mit meinen kleinen Patienten singe, füllt sich der Raum mit lebhaften Erinnerungen. So hat das Andenken an jedes der Kinder seinen Platz meinem Arbeitsalltag gefunden.

-Constance Boyde, Musiktherapeutin

Tiergestützte Förderung
– die heilsame Wirkung von Tieren

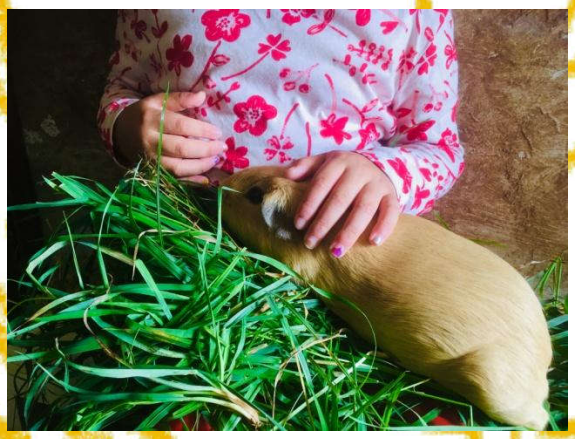
In den Krankenhäusern herrschen Kostendruck und Rationalisierungsprozesse. Die Verweildauern werden immer kürzer und das Krankenhauspersonal hat immer weniger Zeit für Beziehungspflege. Kinder erleben den Krankenhausaufenthalt oft als belastendend und bedrohlich. Der belastungsfreie freudvolle Kontakt zu Tieren kann unter diesen Umständen eine heilsame Erfahrung sein, die sich auch positiv auf den medizinischen Behandlungsprozess auswirkt, wie das nachfolgende Bespiel zeigt. Die fünfjährige Patientin erhält außerhalb ihrer Krankenhausaufenthalte tiergestützte Förderung mit folgenden Zielen bei Kostenübernahme durch den Sterntaler e.V.

Förderziele: Stärkung und Förderung der Patientin, Erleichterung der Chemotherapie, emotionale Sicherheit, Trost, Freude und positive Erlebnisse durch Kontakt mit Tieren, Reduktion von Stress und Ängsten, heilsame Nähe und Kontakt zur “Lebensfreude” der Tiere, emotionale Sicherheit, Geborgenheit, Raum, sich vor den Tieren mit den echten Gefühlen zu zeigen, da Tiere nicht bewerten,

Ausdruck von Gefühlen, Umgang mit Gefühlen, Aufbau von Vertrauen, Erleben einer unbeschwerten Zeit und Entspannung als Ausgleich.

Fallbeispiel:

Veronica, (5), die an einer ernsthaften und zeitweise lebensbedrohlichen Erkrankung leidet und durch Nebenwirkungen der Therapie psychisch und körperlich sehr belastet war, litt unter großer Traurigkeit und Ängsten. Seit Juni besucht sie *HerzBerg Herdecke* und profitiert sichtlich von der Zeit mit den Tieren. Durch wiederkehrende Rituale und regelmäßige Abläufe beim Versorgen der sehr zutraulichen Hühner und Meerschweinchen/Kaninchen konnte Veronica gleich vom ersten Einsatz offen und freudig auf die Tiere zugehen und erlebt jede Woche eine freudvolle Zeit. Im Laufe der Einsätze wirkte zudem der intensive Beziehungsaufbau zu den Tieren positiv auf Veronicas Verfassung, so dass das Kind wirklich jedes Mal 45 Minuten unbeschwert, lachend und in intensivem Kontakt zu den Tieren verbringt und die Mutter in ihren Rückmeldungen sehr positiv von den „45 wichtigsten Minuten des Mädchens in der Woche“ spricht, so ein Zitat ihrer Tochter Veronica.



Auch während medizinischer Behandlungen im Krankenhaus hat Veronica durch die tiergestützte Förderung neue Strategien entwickelt, die ihr beim Erdulden der medizinischen Maßnahmen helfen konnten- so berichtete sie selbst, dass sie beispielweise im MRT an ein besonders geschätztes Huhn denken würde oder dass ihr eine Feder in der Hand dafür Kraft und Mut geben würde. Auch das Erlebnis, sich wöchentlich in der Position einer kompetenten Helferin und Hüterin der hilfsbedürftigen Tiere zu erleben, wirkt stärkend auf die Selbstwahrnehmung Veronicas und befreit sie für diese Zeit immer wieder aus der derzeitigen Hilfsbedürftigkeit: bei den Tieren darf Veronica helfen und versorgen, hier ist sie stark und geschickt und erlebt sich selbst als kraftvoll und gesund. Die Eiersuche gestaltet sich als wichtiges Element der Fördereinheit und auch hier wirkt das Erlebnis, Geschenke der Tiere wie Federn, Wolle, Eier usw. zu erhalten stärkend und tröstend. Nach Angaben der Mutter, geht es Veronica insgesamt deutlich besser und das Kind fragt schon immer wieder, ob sie auch als Erwachsene weiterhin die HerzBerg-Tiere versorgen dürfe.

-Nic Koray, HerzBerg Herdecke

Das Bauernhofprojekt 2019
- ein ganzheitliches Projekt

Auch in diesem Jahr gab es wieder den temporären Umzug der Tagesklinik nach Albringhausen, Hof Sackern. Für sechs Wochen waren die täglichen Abläufe auf dem Bauernhof wieder einmal maßgebliche Gestalter unserer Tagesplanung.
Aber was ist das Wichtigste an der Arbeit, neben Stallausmisten, Tiere füttern, Hühnereier einsammeln, Essen kochen, Gemüseernten etc, etc, etc, … ? Bei der Frage fallen Begriffe wie: Erfahrungen, Neuland, Begegnung, Einlassung, Kooperation, Gemeinschaft, Tätigsein und Teamarbeit. Aber auch Neugier, Mut und Überwindung, Übung, Anstrengung und Ausdauer, Erfolge, Stolz und Selbstbewusstsein, Freude, Zufriedenheit oder Glücksgefühle (u. v .a.).

Natürlich stehen die Patienten im Mittelpunkt der Arbeit und der therapeutische Ansatz sowie entsprechende Maßnahmen bestimmen den Verlauf und die Zeit in der TK und auch auf dem Hof. In der Zeit auf dem Bauernhof

aber war es auch in diesem Jahr wieder überaus deutlich, wie therapeutisch, sinntragend und intensiv für die Beziehung zum Patienten, sich das Leben auf dem Hof und die Tätigkeiten in der Arbeit mit den Patienten auswirkte. Es boten sich zahllose Möglichkeiten für wichtige Erfahrungen und Entwicklungen, die in der täglichen Tagesgestaltung und den therapeutischen Prozessen fortwähren erkannt, eingebaut und genutzt werden konnten.

Einmal abgesehen von der Erfahrung mit Neuem (Bauernhof allgemein, Landwirtschaft mit Tieren, Acker- und Gemüseanbau, Tierbegegnungen und Pflege,…), ergeben sich bei diesem Projekt für die jeweiligen Probleme und Aufgabenstellungen (Therapieansätze) eines jeden Kindes spezifische –individuelle Aufgaben und Trainingssituationen. Diese orientieren sich an den speziellen Bedürfnissen und Defiziten der Kinder, um dadurch unterstützt und geführt die eigene Problematik „therapeutisch“ bearbeiten zu können. In dieser Hinsicht können wir von zahlreichen Erfolgen und Fortschritten berichten, was auch durch das Mitarbeiten und das feed-back der Familien eine Bestätigung erfährt.
Für den außenstehenden Beobachter kann hier der Eindruck einer Gemeinschaft von Kinder (und Betreuern) mit den Tieren, mit dem Interesse, der Freude und der Begeisterung für die landwirtschaftliche Betätigung (inklusive der Selbstversorgung der Tagesklinik mit Essen, zubereiten und kochen) entstehen als ein in sich stimmiges Gesamtbild, mit Atmosphäre und Stimmungen, die den Kindern gut tun und förderlich sind.
An dieser Stelle gebührt auch der Hofgemeinschaft Sackern große Anerkennung für die Zusammenarbeit, ebenso für das „einfach-dort-sein dürfen“, aufgenommen und aufgehoben sein der im Hofleben und Hofalltag. Auch die sehr hilfreiche und permanente Nutzung des Sterntalerbusses ist für uns inzwischen zu einem Garanten für die logistische Herausforderung geworden.
Allen Mitarbeitern, Helfern und Unterstützern unseres Bauernhof-Projektes sei gedankt, gepaart mit dem Wunsch und festem dem Vorhaben, es im nächsten Jahr fortzuführen.
- Für das Team der Tagesklinik, Jochen Karnatz (Stationsleitung)

Das Sommerferienprojekt im Therapeutischen Garten Avalon

Wie schon seit vielen Jahren, gab es auch dieses Jahr wieder ein Sommerprojekt im Garten Avalon. Das Ziel dieses Projektes ist, in Verbindung mit der Natur die Eigenwirksam der Patienten im positiven Sinne zu entwickeln. Daran teilgenommen haben alle Kinder und Jugendlichen der Kinderpsychosomatik Station 8 ost und auch Kinder der Kinderpsychiatrie Station 5 ost. Jeden Vormittag von 10 Uhr bis zum Mittagessen trafen wir uns im Garten Avalon – wir, das sind die Kinder und Jugendlichen, Mitarbeiter aus dem Betreuerteam der Station 8 ost und wir Kunsttherapeuten.

Es ist ein erlebnispädagogisch – kunst-therapeutisches Projekt. Erfahrungen in und mit der Natur, das Arbeiten im Garten und auch das Zubereiten von Mahlzeiten sind unsere Aufgaben, die wir als gesamte Gruppe gemeinsam gestalten. Es geht los mit dem Feuer machen und Tee kochen. Wer hat schon einmal ein Feuer gemacht, Teekräuter gesammelt und daraus einen Tee zubereitet?
- Zwei oder drei der Jugendlichen kommen schon vor den anderen mit einem Kanister Wasser in den Garten, machen in einer Feuerschale das Feuer an, hängen den Teekessel darüber und sammeln Blüten und

Kräuter für den Tee. Es ist immer eine bunte Mischung: Malvenblüten, Calendulablüten, Minze, Zitronenverbene, Brombeerblätter, Thymian aber auch Brombeeren, jeden Tag ein besonderer Geschmack. Immer zum Ende der Woche wird die nächste Gruppe in diese Aufgaben für die kommende Woche eingewiesen.
Wenn alle im Garten angekommen sind, versammeln wir uns um das Feuer und beginnen mit einem Lied, dann geht es an die Arbeit. Dieses Jahr war es besonders zu sehen, wie gerne das Arbeiten von den Jugendlichen angenommen wurde

– man sieht einfach, was man schaffen kann und nach einer Stunde auch geschafft hat.

Wir haben bemerkt, dass das Zusammenarbeiten Spaß macht und von Tag zu Tag wurden wir ein immer mehr eingespieltes Team.

So wurde im Heilpflanzengarten das große Labyrinth, das völlig zugewachsen war, von den Kindern und Jugendlichen beschnitten und die Weidenruten in den Weidenzaun eingeflochten. Schön war zu erleben, wie die älteren Jugendlichen die Jüngeren oder auch die neu Hinzukommenden die Arbeit erklärt und gezeigt haben. Ein besonderes Zeitbewusstsein entstand: *was ist schon geschafft und welche Zeit benötigen wir noch, um ganz fertig zu werden.*

Eine andere Gruppe hat die ganz bemoosten und zugewachsenen Wege im Garten Avalon erneuert: der alte Belag wurde aufgenommen und mit Schubkarren weggeschafft, neuer Split wurde aufgebracht und eine schöne Fläche geschaffen.

Wie schön so ein neu gestaltetes Wegstück aussieht *– toll was wir alles schaffen können!*

Die kniffligste Arbeit war die Erneuerung des Dachbelages auf unserem Holzschuppen. Die Dachpappe war undicht geworden. Also mit Leitern hoch auf das Dach, die alte Pappe runter nehmen und neue aufnageln. Tatsächlich musste Mut aufgebracht werden, um über die Leiter auf das Dach zu kommen und dann oben umsichtig die Arbeiten zu machen. Zufriedenheit und Stolz klang aus den Kommentaren jeweils am Ende der Arbeitszeit. Jede Woche einmal haben wir das Mittagessen im Garten zubereitet, entweder auf dem Feuer oder in unserem Pizzaofen. Es gab Flammkuchen, Suppe mit Brot oder Pizza, jede Woche ein anderes Gericht. Dabei war dann für alle zu erleben, dass die Arbeiten von Sommerprojekt zu Sommerprojekt den Therapeutischen Garten mehr und mehr auch mitgestaltet haben: den Bau des Pizzaofens vor vielen Jahren, dann kam der Holzschuppen dazu und im letzten Jahr der große Arbeitstisch als Backtisch zum Pizzabacken – viele PatientInnen haben über die Jahre daran mitgewirkt.

Jeder Vormittag ging dann mit Teetrinken und Singen zu Ende – jedes Jahr hat sein eigenes Lied – dieses Jahr haben die Jugendlichen „Rip tide“ mitgebracht. Wir haben es geübt und jeden Tag klang es besser. Die letzten Tage des Projektes haben wir dem Zeichnen und Malen im Garten gewidmet und die schöne Umgebung in dieser Weise anteilnehmend genießen können.

-Ulli Kleinrath, Kunsttherapeut

28. Therapeutische Segelfreizeit

Ein Sommer ohne die Therapeutische Segelfreizeit: eigentlich nicht vorstellbar. So gingen auch in diesem Jahr 15 jugendliche Patienten und ihre Betreuer aus dem Gemeinschaftskrankenhaus auf große Fahrt. Bis es endlich losgehen konnte, gab es für den Organisator und die mitreisenden Betreuer viel zu tun. Aber letztlich war dann alles für ein gutes Gelingen der Reise vorbereitet, nur Wind und Wetter waren nicht zu kalkulieren.

Wie Irina B., die zum wiederholten Male als Betreuerin die Fahrt begleitete, die Reise erlebte, hat sie nachfolgen zusammengefasst: Nach vorbereiten folgte am Abfahrtsmorgen packen, packen, packen, Jugendliche zählen. War wirklich alles eingepackt? Nochmal zählen. Dann die Busfahrt, Ankunft in Kappeln an der Schlei am Nachmittag, wo die Stammcrew des über 100 Jahre alten Traditionsseglers „Fortuna“, die Gruppe erwartete. Jetzt hieß es auspacken, wieder zählen. Die Kojen an Bord wurden bezogen, der Reiseproviant einsortiert und gelagert. Unser Abendessen haben wir dann an Bord der „Fortuna“ noch am Ankunftstag zubereitet und es uns schmecken lassen.
Das Wetter war stürmisch und der Wind wehte stark, zu stark für die „Fortuna“ und die noch nicht eingearbeitete *Sterntaler-segelcrew.* Also motorten wir am Sonntag-nachmittag eine knappe Stunde zum nächsten Hafen, um zumindest ein Gefühl vom Meer und Losfahren zu bekommen.
In Schleimünde angekommen, sammelten wir Steine und Muscheln am Strand. In den kommenden zwei Wochen wechselten diese ständig ihre Besitzer. Für jede gute Tat, jeden coolen Spruch, Mut, Herz, Fürsorge und die schönste Flechtfrisur durften die Steine gepaart mit warmen Worten überreicht werden.
Am Montag ging es dann endlich los, die Segel wurden gehisst, auf ging es in die Ostsee, den großen Belt hinauf. Da wir die gesamte Reise großartig darin waren, den „guten Wind zu verfrühstücken“, schafften wir es mit viel Gegenwind, etlichen Wenden und Unmengen Segel- auf-und-ab- Manövern bis SamsØ, bevor die inzwischen gut geschulte *Sterntalersegelcrew* die Rückreise nach Kappeln an der Schlei durch den Kleinen Belt antrat.
Die ersten zehn Tage war der Regen unser stetiger Begleiter, wir haben trotzdem das Beste daraus gemacht. Die Ankerwachen standen nun nicht auf Deck und guckten Sterne, sondern saßen in der Kombüse, schnibbelten Obst und aßen Süßigkeiten. Und Ölzeug ist sowieso viel praktischer, da muss man zumindest morgens nicht so lange vor seinem Seesack stehen und überlegen, welches Shirt zu welcher Hose passt und was überhaupt noch sauber ist.
Unsere Frühschwimmer waren eisern und sind jeden Morgen, egal bei welchem Wetter ins kühle Nass gesprungen!
Und wenn die „Fortuna“ nicht zu sehr geschaukelt hat, haben wir Kunstaktionen gemacht, gemalt, gezeichnet, Karten geschrieben und Flöße gebaut, die wir abends mit Kerzen bestückt ins weite Meer hinaus geschickt haben.
An unseren Landtagen haben wir die Umgebung zu Fuß und mit dem Rad erkundet, Lagerfeuer gemacht und die Jugendlichen mit einem Apfel auf Tauschbörse geschickt. Zurück kamen sie mit Pommes, Pizza und Teilchen.
Jeden Abend ließen wir den Tag mal am Lagerfeuer, mal auf Deck, mal im trockenen Lagerraum mit dem vorgelesenen „Schatz auf Pagensand“ und vielen gemeinsam stimmungsvoll gesungenen Liedern ausklingen.

Wir hatten zwei wunderschöne, besondere Wochen auf der“ Fortuna“, die wie jedes Jahr viel zu schnell vorbei waren. Die Jugendlichen haben von den Erlebnissen und neuen Erfahrungen profitiert. Viele möchten am liebsten nächstes Jahr wieder dabei sein! Alle Teilnehmer bedanken sich herzlich bei den Spendern, die dieses Projekt möglich machen.
Irina B. für das Betreuerteam

Sterntalerprojekt „ Ambulante Stillberatung“ 2019

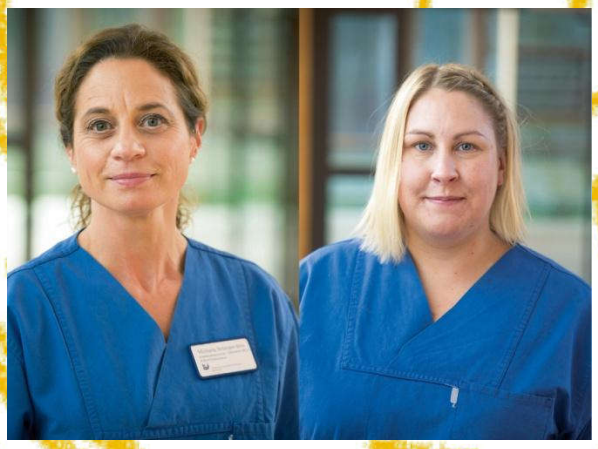
Die Bindungsbereitschaft zwischen der Mutter und ihrem Kind ist von Beginn der Schwangerschaft an vorhanden. Grundlage einer lebenslang gelingenden Beziehung ist die vorgeburtliche Bindung zwischen der Mutter und ihrem ungeborenen Kind. Es ist von großer Bedeutung, dass die notwendigen Bedingungen im Krankenhausalltag hergestellt werden, damit diese Bindung von Mutter und Kind ihre Fortsetzung unmittelbar nach der Geburt erfahren kann und bei notwendigen Interventionen nicht gestört, sondern optimal unterstützt wird. Eine frühe einfühlsame und professionelle Begleitung der Familie ist essenziell und bedarf einer individuellen, konstanten Unterstützung. Aus einem gelungenen Bindungsstart kann sich eine gelungene Entwicklung und letztlich meist auch eine optimale natürliche Ernährung mit Muttermilch (Stillen) etablieren.
Der Wert der Muttermilch - auch für Frühgeborene und kranke Neugeborene - ist unumstritten. Muttermilch ist die natürliche und optimale Ernährung für nahezu alle Neugeborenen. Bedingt durch die auf das jeweilige Kind optimal abgestimmte Zusammensetzung passt sich die Muttermilch an den wachsenden Organismus des Säuglings an. Mit dem Wissen um diese Wertigkeit, fühlen sich viele Eltern oft unsicher in der Versorgung und Ernährung ihres Kindes. Gerade das Thema Stillen ist meist geprägt von wohlgemeinten Ratschlägen Angehöriger und Freunde - auf der Grundlage von deren Erfahrungen, oft aber weit entfernt von evidenzbasiertem Wissen.
Immer öfter nehmen die Eltern das seit anderthalb Jahren etablierte Angebot der ambulanten Stillberatung in Anspruch, um eine gezielte fachliche Beratung zu erfahren. Durch das Sterntalerprojekt ist es uns möglich gemacht worden, den Eltern den Druck zu nehmen und sie zu unterstützen. Dadurch werden sie in ihrer Kompetenz gestärkt und eine häufig genannte Aussage, *wie z.B. „Ich habe zu wenig Milch“ oder „Ich kann mein Kind nicht ernähren*“ gerät durch die qualifizierte Stillberatung mehr in den Hintergrund.
Wie häufig eine Beratung in Anspruch genommen wird, hängt von der individuellen Situation der Rat suchenden Familien ab. Manche kommen nur ein einziges Mal zur Lösung eines akuten Problems, andere Familien betreuen wir über Monate in oft unregelmäßigen Abständen. Dabei ist das primäre Ziel in der Beratung, die Mütter in ihrer Mutterrolle so zu stärken, dass sie mit ihren Fragen Antworten und Unterstützung erfahren hat, die stärkend und wertschätzend sind. Wir freuen uns und sind gleichzeitig auch mit Stolz erfüllt, wenn eine Mutter mit dem Ziel des ausschließlichen Stillens in die Ambulanz kommt und es gelingt, dass sie ihr Kind ausschließlich stillt. Einige Rückmeldungen sprechen für sich:

„Ohne sie hätte das mit dem Stillen nicht geklappt“
„All Ihre Ratschläge und Tipps waren Gold wert und hilfreich“
„Die Mühe hat sich gelohnt“
„L. ist nun ein halbes Jahr alt, wird immer noch voll gestillt“

Mutter alleinerziehend, Auto defekt:
„Danke, dass sie in meiner Situation einen Hausbesuch möglich gemacht haben“
„Sie machen eine Wahnsinnsarbeit“

Immer wieder findet auch ein Austausch mit anderen Professionellen (Hebammen, Kinderärzten, Geburtshelfern) statt. Durch regelmäßige Schulungen sowie die Teilnahme an Still - und Laktations-kongressen nutzen wir die Möglichkeit, unser Wissen zu erweitern und auf dem jeweils neuesten wissenschaftlichen Stand zu halten. Unsere Arbeit dokumentieren und evaluieren wir, aktuell durch eine Nachbefragung der beratenen Eltern.

Seit März 2018 nahmen mehr als 250 Patientinnen das Sterntalerprojekt in Anspruch. Wir sind sehr dankbar dafür, Rat suchende Familien sowohl in der Ambulanz als auch im Einzelfall im häuslichen Umfeld in Fragen von Stillen und Bindung zunehmend kompetenter machen zu können. Damit leisten alle Beteiligten einen wesentlichen Beitrag, die körperliche und seelische Gesundheit der Betroffenen zu verbessern und Selbstwirksamkeit zu fördern. Herzlichen Dank an alle Spender, die das möglich machen.



Michaela Strümper-Brix, Anika Scheel
Kinderkrankenschwestern, Still- und Laktationsberaterinnen (IBCLC), Leitungen ambulante Stillberatung

4. Spendenlauf für den Sterntaler

Ein immer wieder kehrendes Ereignis im Jahreskreis des Sterntaler e.V. ist der Spendenlauf im Herbst. Die Teilnehmer lieben ihn, weil er so zwanglos ist und auch die Strecke durch den Wald sowie das gemeinsame Treffen am Büffet im Garten Avalon wird von den Sportlern sehr geschätzt. Dieses Jahr gingen 140 Läufer an den Start und ermöglichten mit allen anderen Spendern Einnahmen von über 2.800 Euro zum Wohle kranker Kinder. Den Organisatoren Uli Sauer und Wolfgang Schönknecht, den vielen Helfern, Unterstützern und Spendern sei an dieser Stelle ein großer Dank ausgesprochen.

Termine für 2020

Segelfreizeit: 25.07. – 08.08.2020
5. Spendenlauf: 20.09.2020
30 Jahre Sterntaler e.V.
Jahreshauptversammlung
Geschenkaktion

aktuelle Ankündigungen auf:
www.sterntaler-ev.de

oder
Facebook

Geschenkaktion
-für besonders tapfere Kinder

Durch das bewundernswerte Engagement von Familie Cantarella konnten in der Vorweihnachtszeit 2018 schwerkranken Kindern wieder Herzenswünsche erfüllt werden.

Alle Jahre wieder …

Kontakt:

Sterntaler e.V.
Gerhard-Kienle-Weg 4
58313 Herdecke
www.sterntaler-ev.de
info@sterntaler-ev.de
Telefon/Fax 02330-623809
Spendenkonto:
IBAN DE 04 4505 0001 0009 1032 50
BIC WELADE3XXX

Nach wie vor stellen wir Ihnen selbstverständlich Spenden-quittungen aus, möchten jedoch darauf hinweisen, dass bei Beträgen bis 200 Euro auch der Einzahlungsbeleg bzw. der Kontoauszug vom Finanzamt anerkannt wird.